

# REPORT MENSILE

## GENNAIO 2023

1 POMODORO == 25 MINUTI

TOMMASO CRIPPA  
THE POMODORO TECHNIQUE

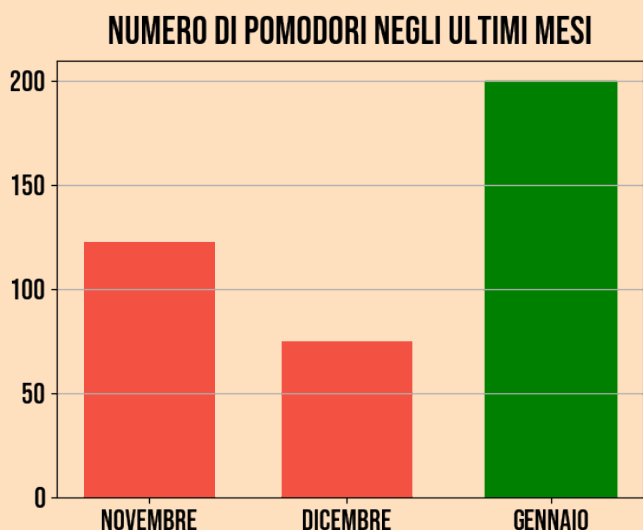
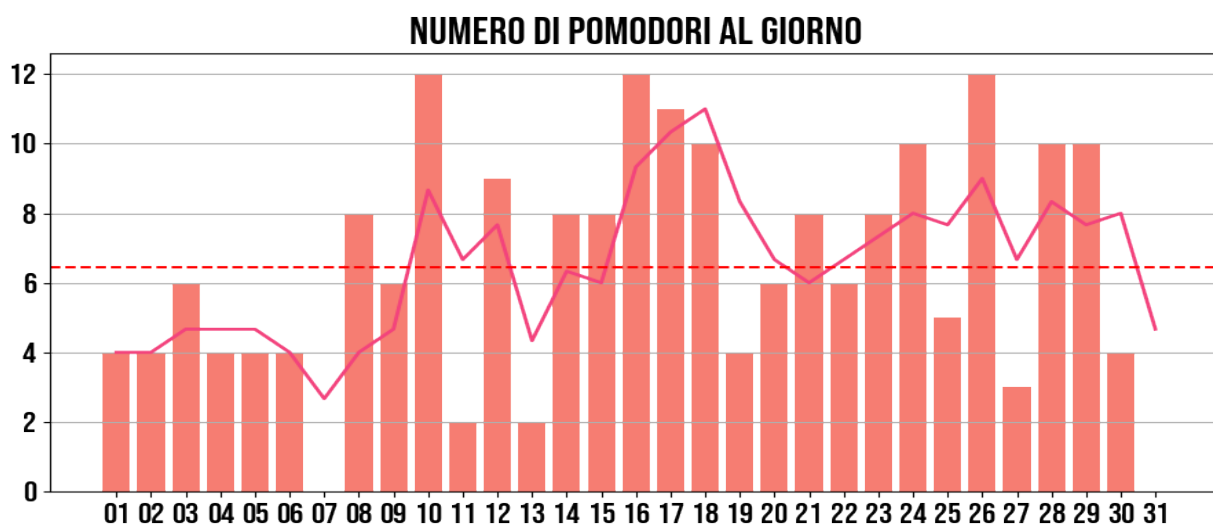


# POMODORI COMPLETATI

**A GENNAIO SONO STATI COMPLETATI 200 POMODORI!**

**IN MEDIA SONO 6.45 POMODORI AL GIORNO!**

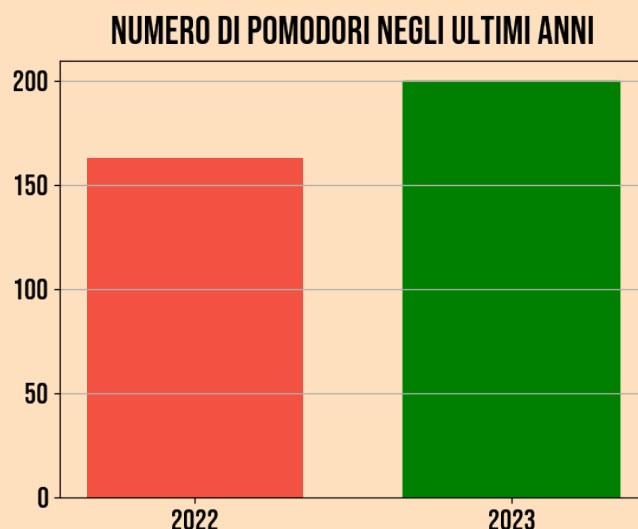
**SONO 83 ORE E 20 MINUTI!**



**+37 IN PIÙ DELLO SCORSO ANNO**  
**(+1.19 POMODORI AL GIORNO)**

**+200 IN PIÙ DELLO SCORSO MESE**

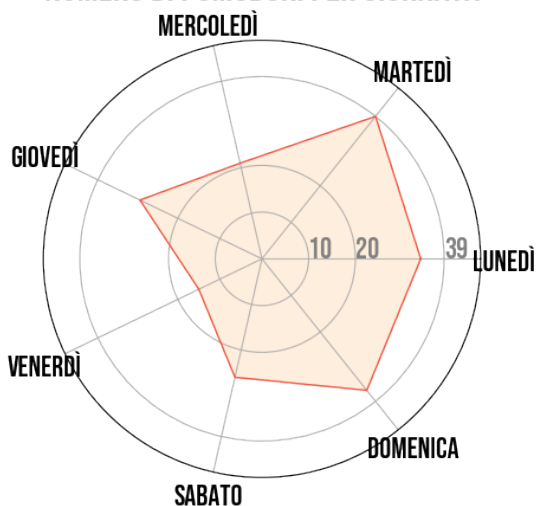
**(+6.45 POMODORI AL GIORNO)**



# ATTIVITÀ DEL MESE



NUMERO DI POMODORI PER GIORNATA

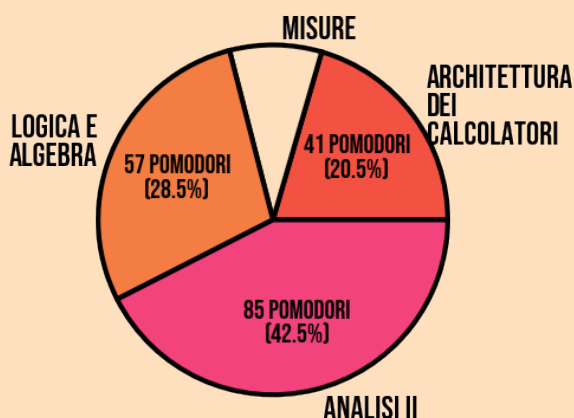


**MIGLIOR GIORNO: MARTEDÌ (39 POMODORI)**

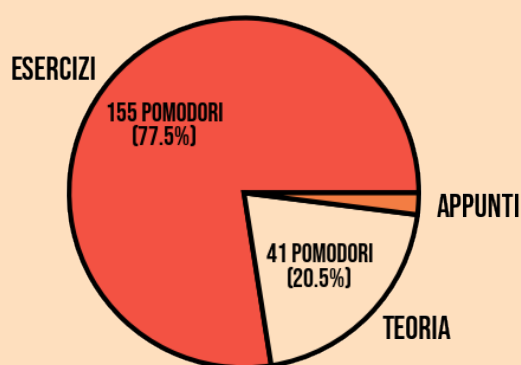
**PEGGIOR GIORNO: VENERDÌ (15 POMODORI)**

**62 POMODORI FATTI NEI WEEKEND**

NUMERO DI POMODORI PER MATERIA



NUMERO DI POMODORI PER TIPO DI STUDIO

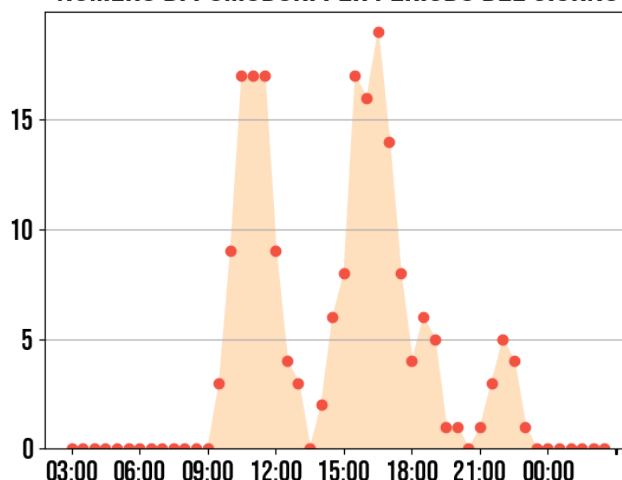


**MIGLIOR PERIODO: 16:30 (19 POMODORI)**

**PEGGIOR PERIODO: 23:30 (0 POMODORI)**

**0 POMODORI FATTI DI NOTTE**

NUMERO DI POMODORI PER PERIODO DEL GIORNO





**KEEP  
CALM  
AND  
POMODORA  
A MANETTA**

**TOMMASO CRIPPA  
THE POMODORO TECHNIQUE**